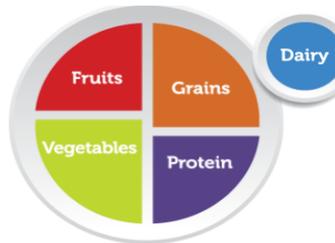


# LA CASA ERIE Y COMPRANDO RICO Y SANO

CORDIALMENTE LE INVITA A PARTICIPAR EN  
NUESTROS TALLERES DE NUTRICION

.....  
Donde juntos aprenderemos a:



- .....
- Cocinar comida rica y saludable
  - Involucrar a los niños en la cocina y compras.
  - Organizar un menu semanal,
  - Tips para ahorrar en nuestra compra.
  - Nos ejercitaremos en familia.

VIA ZOOM  
COMPLETAMENTE GRATIS!!

Para mas informacion con  
Monica Marquez  
Tel 312 620 7592  
[mmarquez@eriehouse.org](mailto:mmarquez@eriehouse.org)



erie  
neighborhood  
house



**UNIDOS US**  
STRONGER COMMUNITIES. STRONGER AMERICA.